REPORTE DE ACTIVIDADES DOCENTES DE ENFERMERÍA
CLINICA PUNTA RINCÓN MES DE AGOSTO 2015

Personal de Enfermería de Hygeia:

- Lic. Marianita Lindao
- Lic. Eny Quintero
- Lic. Ericka Fontanelle
- Lic. Jesús Cruz

Atendiendo a los programas de:

- Control de Enfermedades Crónicas
- Prevención de Enfermedades
- Programa Educativo

Día	Actividad	Lugar	Asistencia	Personal Responsable
2-08-2015	Charla. Complicaciones de la Hipertensión	Punta Rincón. Colaboradores de FCD-Nogway	18 Colaboradores	Lic. Ericka Fontanelle
4-08-2015	Charla. Complicaciones de la Hipertensión	Colaboradores de Nogway y FCD	16 Colaboradores	Lic. Ericka Fontanelle
09-08-2015	Charla Sobre Riesgos de trabajar con fibra de Vidrio	Taller de Doblaje Área 41	22 Colaboradores	Lic. Jesús Cruz
11-08-2015	Charla sobre Amputación Traumática			Lic. Jesús Cruz
16-08-2015	Charla sobre Infecciones por Hongos	Planta de Concreto	21 Colaboradores	Lic. Ercka Fontanelle
18-08-2015	Charla sobre Estilos de Vida Saludables	Campamento SK Colaboradores de Almacén	20 Colaboradores	Lic. Ericka Fontanelle

24-08-2015	Charla sobre Como activar el Servicio de emergencias médicas	Área 41. Colaboradores de FCD	38 Colaboradores	Lic. Marianita Lindao
25-08-2015	Charla ‘’How to Activate the Emergency Medical Service’’	Área 42 Filipinos	47 Colaboradores	Lic. Marianita Lindao

El 2 y 4 de Agosto la Lic. Fontanelle expuso la charla sobre Complicaciones de Hipertensión con el objetivo de fortalecer el conocimiento de los Colaboradores sobre la importancia del control de la tensión arterial.

El 9 de Agosto el Lic. Jesús Cruz presentó la charla sobre los riesgos de trabajar con Fibra de vidrio con el objetivo de concientizar a los Colaboradores de la importancia del uso de EPP para prevenir complicaciones de salud a corto, mediano y largo plazo.

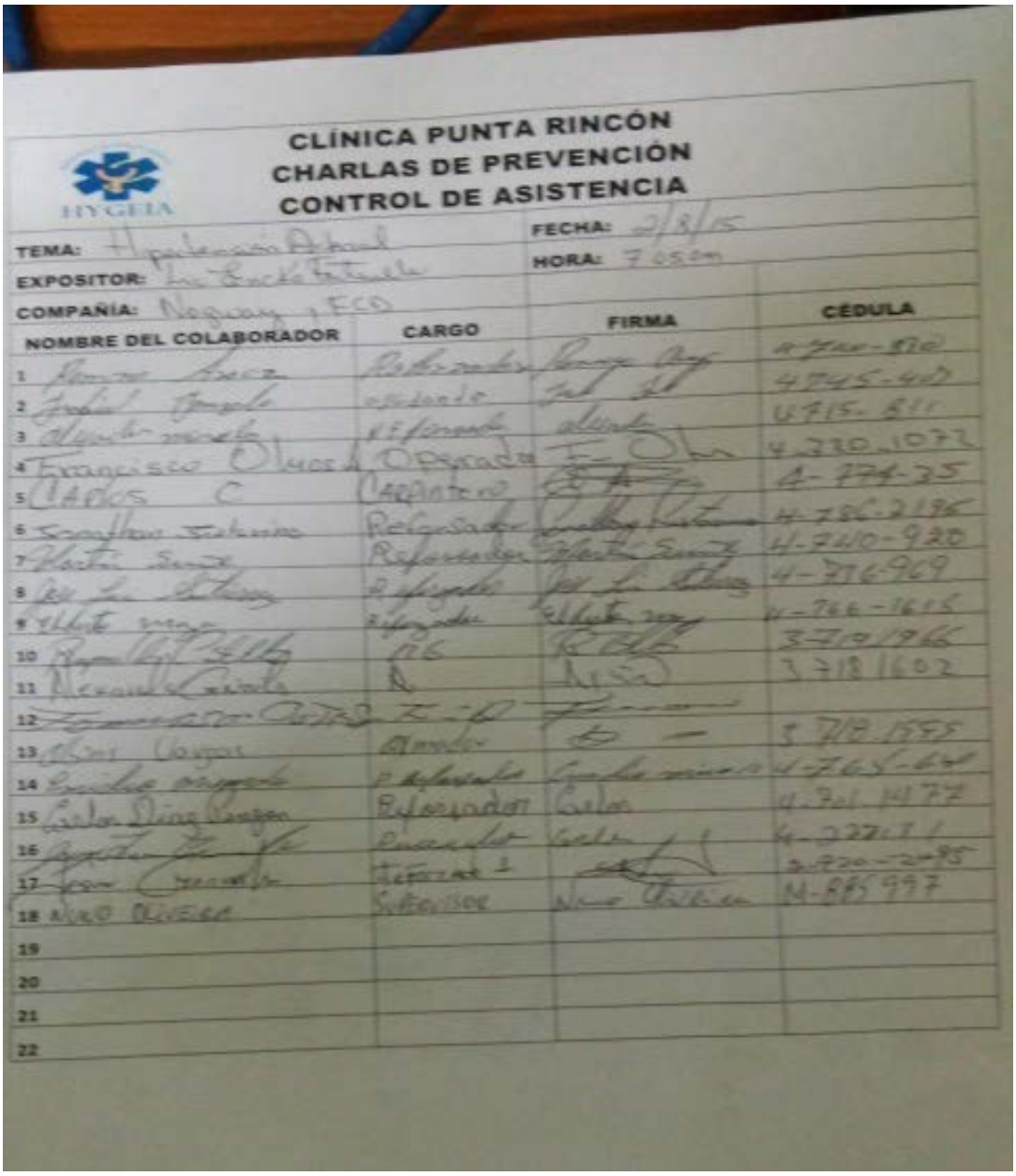
El 11 de Agosto, el Lic. Jesús Cruz presento la charla sobre Amputaciones Traumáticas con el propósito de orientar a Los Colaboradores sobre aspectos importantes en casos de Amputación traumática.

El 16 de Agosto, la Lic. Fontanelle presentó la charla sobre infecciones por hongos con el objetivo de fortalecer el conocimiento de los colaboradores sobre la importancia de evitar las infecciones por hongos.

El 18 de Agosto, la Lic. Fontanelle expuso la charla sobre estilos de vida saludables con el propósito de fortalecer el conocimiento de los colaboradores sobre la importancia de mantener estilos de vida saludables.

El 24 y 25 de Agosto se presentó la charla sobre Cómo activar el sistema de emergencias médicas, a los grupos de panameños y filipinos en el área 41, con el objetivo de orientarlos sobre cómo actuar ante situaciones que requiera la presencia del equipo médico.

Listas de asistencias a estas charlas:

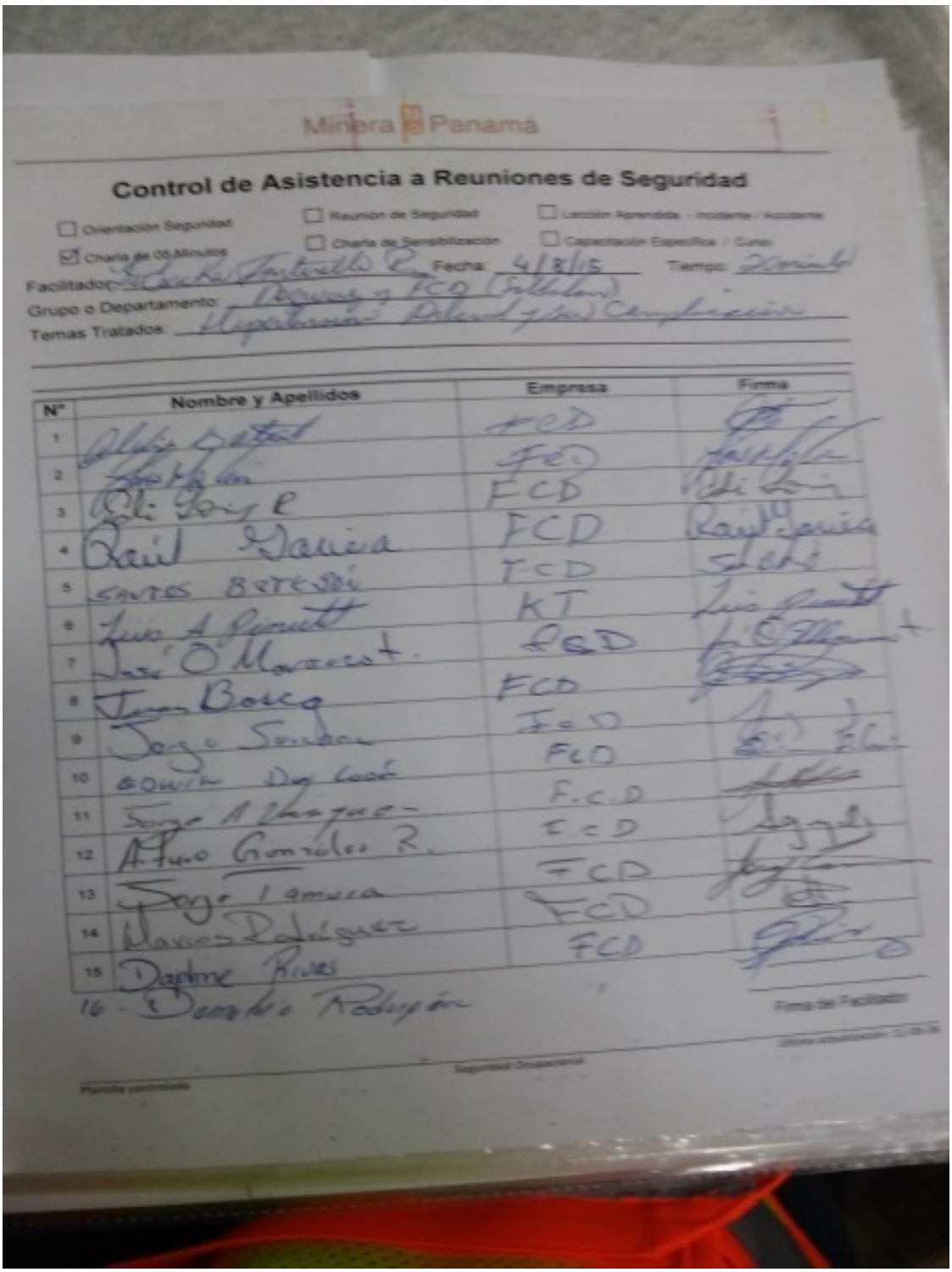


CLÍNICA PUNTA RINCÓN
CHARLAS DE PREVENCIÓN
CONTROL DE ASISTENCIA

HYGEIA

TEMA: Hipertensión Arterial
FECHA: 2/8/15
EXPOSITOR: Lic. Beckie Estrella
HORA: 7:05am
COMPAÑÍA: Naguan y FCO

	NOMBRE DEL COLABORADOR	CARGO	FIRMA	CÉDULA
1	Ramon Baez	Perforador		4-744-870
2	Isabel Zapata	ayudante		4-745-402
3	Alexis Morales	ayudante		4-715-811
4	Francisco Olivos	Operador		4-220-1077
5	CARLOS C	CAPATAZ		4-774-35
6	Jonathan Jaramillo	Perforador		4-786-2196
7	Martin Santa	Perforador		4-740-920
8	Luis Lezcano	Ayudante		4-776-969
9	Elliot mejia	Ayudante		4-766-1615
10	Ramon Valdez	OG		3-710-1966
11	Reynaldo Garcia	A		3-718-1602
12	Esmerlin Ortiz	E-D		
13	Oscar Vargas	Ayudante		8-718-1555
14	Pedro Delgado	Ayudante		4-765-64
15	Celso Diaz Vargas	Perforador		4-741-1477
16	Agustin Gonzalez	Ayudante		4-227-11
17	Jose Cervantes	Teforist 1		2-720-2495
18	NIVIO OLIVERA	SUPERVISOR		4-885997
19				
20				
21				
22				



Minera Panamá

Control de Asistencia a Reuniones de Seguridad

☐ Orientación Seguridad ☐ Reunión de Seguridad ☐ Lección Aprendida - Incidente / Accidente
☑ Charla de 05 Minutos ☐ Charla de Sensibilización ☐ Capacitación Específica / Curso

Facilitado: Luis Rodriguez R. Fecha: 4/8/15 Tiempo: 20 minutos
Grupo o Departamento: Perforacion y FCD (Alliados)
Temas Tratados: Importancia del uso del Cinturon

N°	Nombre y Apellidos	Empresa	Firma
1	[illegible]	FCD	
2	[illegible]	FCD	
3	[illegible]	FCD	
4	Raul Garcia	FCD	
5	[illegible]	FCD	
6	[illegible]	KT	
7	[illegible]	FCD	
8	[illegible]	FCD	
9	[illegible]	FCD	
10	[illegible]	FCD	
11	[illegible]	FCD	
12	[illegible]	FCD	
13	[illegible]	FCD	
14	[illegible]	FCD	
15	[illegible]	FCD	
16	[illegible]		

Firma del Facilitador

Plantilla controlada — Seguridad Ocupacional

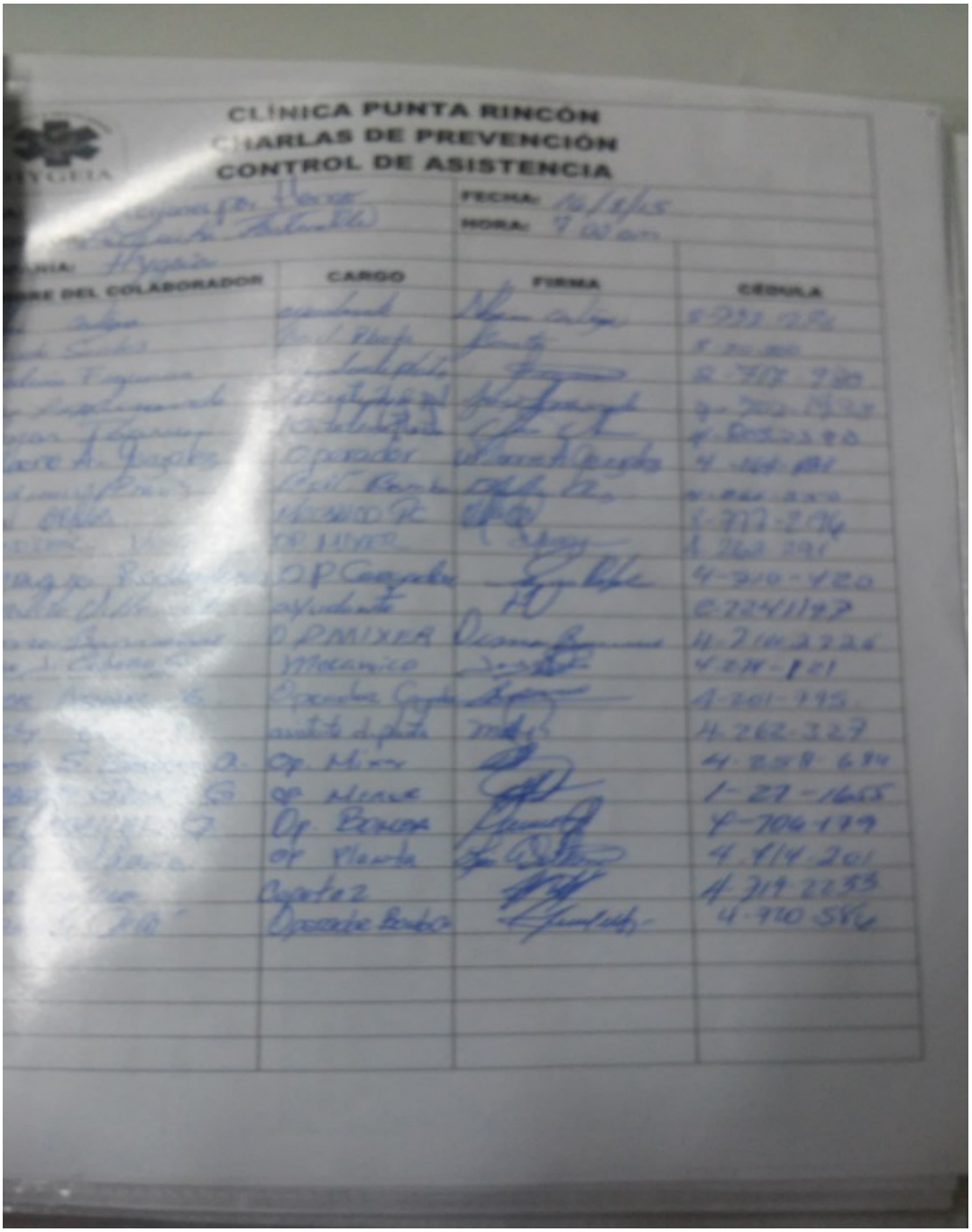
CLÍNICA PUNTA RINCÓN
CHARLAS DE PREVENCIÓN
CONTROL DE ASISTENCIA

TEMA: Estilos de Vida Saludables | **FECHA:** 18/8/15

EXPOSITOR: Lic. Laura Fontanella | **HORA:** 7:00 am

COMPAÑÍA: Hygeia

	NOMBRE DEL COLABORADOR	CARGO	FIRMA	CÉDULA
1	ROGER RINCÓN	APAREJADOR	Roger Rincón	8-735-1432
2	Iraida Ortiz	AYUDANTE JENERAL	Iraida Ortiz	8-725-1605
3	Ariel Hernandez	AYUDANTE	Ariel Hernandez	3-729-2273
4	Miguel Olivero S.	Ayudante	Miguel Olivero S.	2-726-616
5	Cristian Conte	AYUDANTE	Cristian Conte	2-729-1431
6	Ramiro Morales Quiroz	Almacenista		4-712-2090
7	Julian Camaño	AYUDANTE		3-732-1976
8	Carlos Salcedo	ROTULADOR	Carlos Salcedo	3-715-2266
9	L. Cerrud Fis	OPERADOR	L. Cerrud Fis	8-703 2249
10	ARIEL CASTILLO	OPERADOR	Ariel Castillo	1-750-1347
11	ISIDRO RODRIGUEZ	OPERADOR		3-112-148
12	FREDY VISIL	OPERADOR	Fredy Visil	4 196 43
13	FERNANDO Castaneda	Supervisor		8-735-02
14	Erick Valenzuela	Almacenista		4-701-1624
15	Elquin ortiz	ninguno	Elquin ortiz	3-730-601
16	Eliecer Rodríguez	OBRERO		8-720-347
17	José Vargas	Almacenista	José Vargas	2-728-2344
18	Rafael Gonzalez	O P	R G	1-43-89
19	MARVIN RODRIGUEZ	AC		3-717-1134
20	Jose Ruiz Flores	Ayudante	Jose Ruiz Flores	3-705-2020
21				
22				
23				
24				
25				



CLÍNICA PUNTA RINCÓN
CHARLAS DE PREVENCIÓN
CONTROL DE ASISTENCIA

FECHA: 16/Ene/25
HORA: 9:00 am

NOMBRE DEL COLABORADOR	CARGO	FIRMA	CÉDULA
	Operador		
	OP Cargador		
	OP MIXER		
	Mecanico		
	Op. Mixer		
	Op. Mixer		
	Op. Bomba		
	Op. Planta		
	Operaz		

HYGEIA

CLINICA PUNTA RINCON
CHARLAS DE PREVENCIÓN
CONTROL DE ASISTENCIA

TEMA: Cómo Activar El Servicio de Emergencia Medica **FECHA:** 24-8-2015

EXPOSITOR: Lic Marianita Linares. **HORA:** 7:30 am

COMPAÑÍA:

	NOMBRE DEL COLABORADOR	CARGO	FIRMA	CÉDULA
23	1 Carlos A Melgar S	Soldador	Carlos A Melgar	7-111-657
24	2 Isidro Ramos B	soldador	Isidro Ramos	6-714-2479
25	3 Adiel Rodriguez	soldador	Adiel Rodriguez	2-712-000
26	4 Victor Mendoza	ayudante g	Victor M	2-709-1362
27	5 Juan Caceres	ayudante G	Juan Caceres	2117 235
28	6 Argenmedes Mendoza	Reforsador	Argenmedes Mendoza	3-113-1002
29	7 Bernardo Rodriguez	AYDTE	Bernardo Rodriguez	1-707-1494
30	8 Eliseo Rios S	Supervisor	E Rios S	6-53-1426
31	9 Cirilo Ruiz	Ayudante	Cirilo Ruiz	2-163-11
32	10 Abraham Martinez	Ayudantes	Abraham Martinez	7-111-1651
33	11 Manuel Martinez	Ayudante	Manuel	1-711-1113
34	12 Rodolfo Pantoja	ayudante	Rodolfo Pantoja	3748905

HYGEIA

CHARLAS DE PREVENCIÓN
CONTROL DE ASISTENCIA

TEMA: Como Activar el SEM. **FECHA:** 24-8-2015

EXPOSITOR: Lic. Mariacristina Linares **HORA:** 7:00 am

COMPAÑÍA: FCD área 42

	NOMBRE DEL COLABORADOR	CARGO	FIRMA	CÉDULA
1	Sophie Alonzo	Capataz		4-222-832
2	Jose Orlando	Carpintero		9 179 711
3	Raimundo Lorenzo	Carpintero		2 116 731
4	Juan Carlos Gandy V	Refuerzo		2-722-240
5	Daniel Mendoza	Ayud. General		2-722-1900
6	Rolando Arcia	Ayud. General		3-741-246
7	Roger Villegas	Ayudante Jard		1-725-475
8				
9	Cornelio Castillo	ayudante		7-790-1467
10	Evelardo Galvez	ayudante		1-741-2288
11		Carretero		4-139-711
12	Eliezer Quintero	Albañil		1-722-535
13		Refinidor		4-722-1259
14	Alejandro Arriaga	Ayudante		1-733-1581
15	Jorge Mora	ayudante 6		2-725-1830
16	Daniel Mendoza	Ayud. General		2-722-1900
17	Rolando Arcia	Ayud. G.		3-741-246
18	Adelmo Santo	Ayudante		1-719-767
19	Eliecer Santo	AG		1-724-665
20	Luis Miranda	AG		4-762-970
21	Celso Abrego	AG		1-710-915
22	Roger Villegas	Ayudante G		
23				
24				
25				

FOTOS DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL MES DE AGOSTO 2015

TRIPTICOS UTILIZADOS

AMPUTACIÓN TRAUMATICA

5 DISTRACCIONES QUE CAUSAN ACCIDENTES EN EL TRABAJO

1-Descuidos: pensar en problemas personales mientras trabajas, descuidas lo que pasa a tu alrededor.

2-Desorden: el desorden visual se traduce en desorden mental y te puede hacer perder tu enfoque.

3-Proximidad a máquinas: una distancia prudente de maquinarias te permite concentrate en tus tareas.

4-La música y el ruido: no es un riesgo por sí mismo, sin embargo a todo volumen puede bloquear los sonidos ambientales y alarmas.

5-Cabello largo: si utilizas el cabello largo puede cubrir tu campo de visión.

PREVENCIÓN
Utiliza tu EPP

HYGEIA

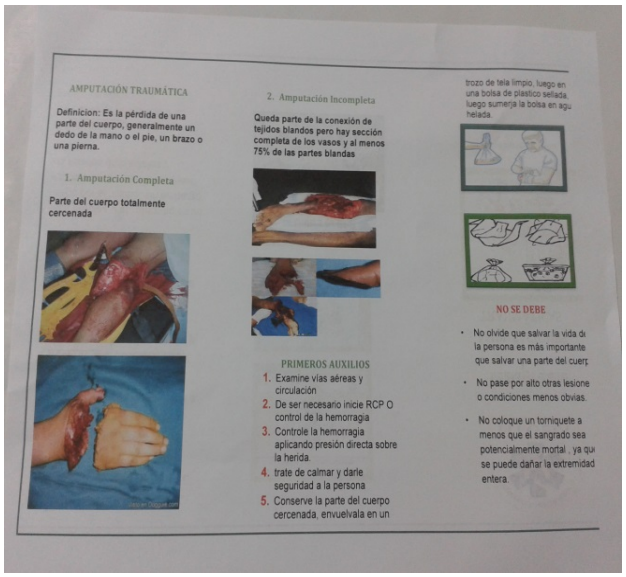
Minera Panamá

AMPUTACIONES TRAUMÁTICAS

Dra. Katherine Patiño

Lic. Jesús Cruz

09-08-2015



AMPUTACIÓN TRAUMÁTICA

Definicion: Es la pérdida de una parte del cuerpo, generalmente un dedo de la mano o el pie, un brazo o una pierna.

1. Amputación Completa

Parte del cuerpo totalmente cercenada

2. Amputación Incompleta

Queda parte de la conexión de tejidos blandos pero hay sección completa de los vasos y al menos 75% de las partes blandas

PRIMEROS AUXILIOS

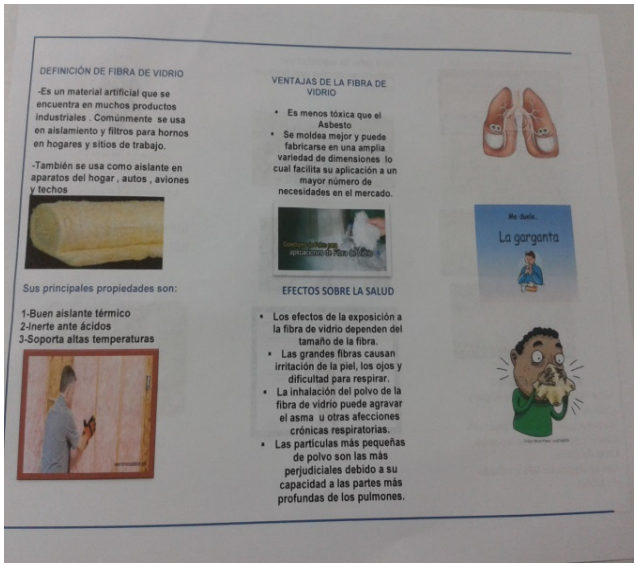
1. Examine vías aéreas y circulación
2. De ser necesario inicie RCP O control de la hemorragia
3. Controle la hemorragia aplicando presión directa sobre la herida
4. trate de calmar y darle seguridad a la persona
5. Conserve la parte del cuerpo cercenada, envuelvala en un trozo de tela limpio, luego en una bolsa de plastico sellada, luego sumerja la bolsa en agu helada.

NO SE DEBE

- No olvide que salvar la vida d la persona es más importante que salvar una parte del cuer
- No pase por alto otras lesione o condiciones menos obvias.
- No coloque un torniquete a menos que el sangrado sea potencialmente mortal , ya qu se puede dañar la extremidad entera.

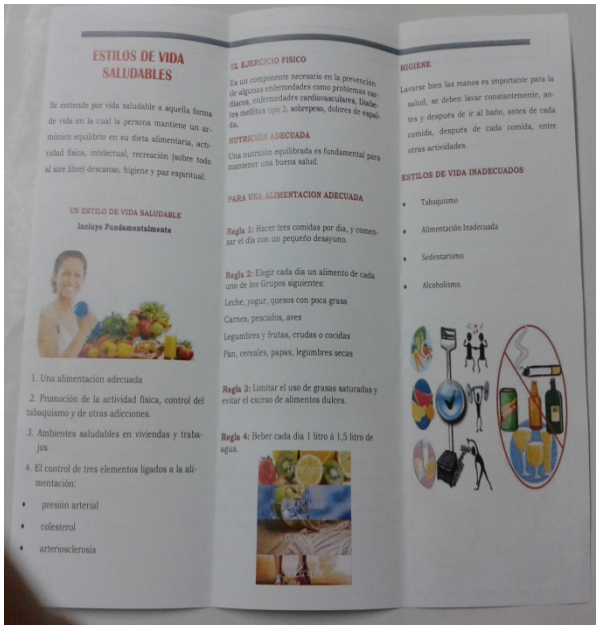
RIESGO DE TRABAJO CON FIBRA DE VIDRIO

IRRITACIÓN DE LA PIEL POR FIBRA DE VIDRIO
-Use gafas de seguridad con protectores laterales para proteger los ojos.
HYGEIA
Minera Panamá
RIESGOS EN LOS TRABAJO RELACIONADOS CON FIBR DE VIDRIO
RECOMENDACIONES
-Usar ropa suelta, mangas largas y guantes.
-La piel expuesta se debe lavar con agua fria y jabón para remover las fibras de vidrio.
-Use un respirador N95 aprobado por NIOSH
Dra. Katherine Patiño
Lic. Jesus Cruz

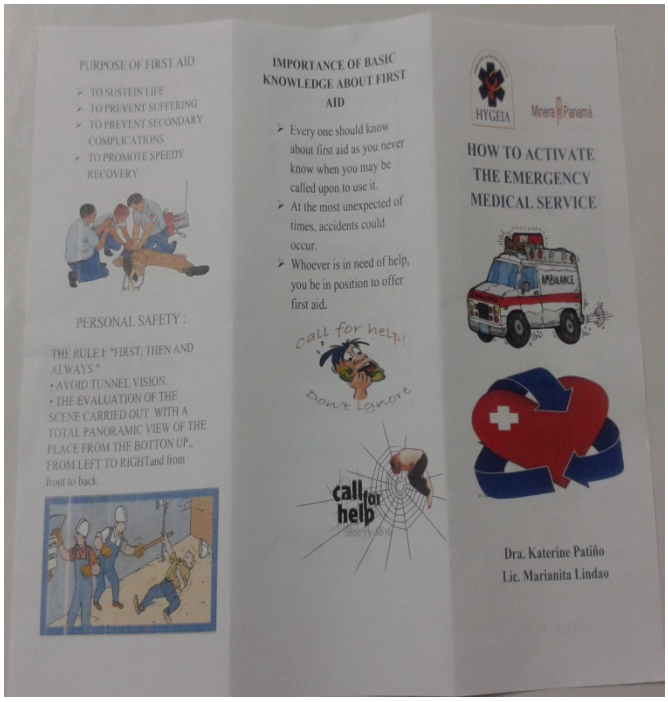

DEFINICIÓN DE FIBRA DE VIDRIO
-Es un material artificial que se encuentra en muchos productos industriales . Comúnmente se usa en aislamiento y filtros para hornos en hogares y sitios de trabajo.
-También se usa como aislante en aparatos del hogar , autos , aviones y techos
Sus principales propiedades son:
1-Buen aislante térmico
2-Inerte ante ácidos
3-Soporta altas temperaturas
VENTAJAS DE LA FIBRA DE VIDRIO
Es menos tóxica que el Asbesto
Se moldea mejor y puede fabricarse en una amplia variedad de dimensiones lo cual facilita su aplicación a un mayor número de necesidades en el mercado.
EFECTOS SOBRE LA SALUD
Los efectos de la exposición a la fibra de vidrio dependen del tamaño de la fibra.
Las grandes fibras causan irritación de la piel, los ojos y dificultad para respirar.
La inhalación del polvo de la fibra de vidrio puede agravar el asma u otras afecciones crónicas respiratorias.
Las partículas más pequeñas de polvo son las más perjudiciales debido a su capacidad a las partes más profundas de los pulmones.
La garganta

ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

ESTILOS DE VIDA SALUDABLES
RECOMENDACIONES
Consumir comidas y alimentos bajos en grasas saturadas y bajos en sodio.
Reducir el consumo de alimentos muy energéticos y ricos en grasas saturadas y azúcar.
Aumentar la ingesta de frutas, hortalizas frescas, legumbres, cereales y frutos secos.
Practicar actividad física moderada durante, por lo menos, una hora al día.
Mantener un peso equilibrado
Hidratarse adecuadamente.
HYGEIA
Minera Panamá
ESTILOS DE VIDA SALUDABLES
Siembra un pensamiento y cosecharás un acto, siembra un acto y cosecharás un hábito, siembra un hábito y cosecharás una costumbre, siembra una costumbre y cosecharás un destino"
LIC. FONTENELLE
18-08-15


ESTILOS DE VIDA SALUDABLES
Se entiende por vida saludable a aquella forma de vida en la cual la persona mantiene un armónico equilibrio en su dieta alimentaria, actividad física, intelectual, recreación (sobre todo al aire libre) descanso, higiene y paz espiritual.
UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE
Incluye Fundamentalmente
1. Una alimentación adecuada
2. Promoción de la actividad física, control del tabaquismo y de otras adicciones.
3. Ambientes saludables en viviendas y trabajos
4. El control de tres elementos ligados a la alimentación:
presión arterial
colesterol
arteriosclerosis
EL EJERCICIO FISICO
Es un componente necesario en la prevención de algunas enfermedades como problemas cardiacos, enfermedades cardiovasculares, Diabetes mellitus tipo 2, sobrepeso, dolores de espal.da.
NUTRICIÓN ADECUADA
Una nutrición equilibrada es fundamental para mantener una buena salud.
PARA UNA ALIMENTACION ADECUADA
Regla 1: Hacer tres comidas por dia, y comenzar el dia con un pequeño desayuno.
Regla 2: Elegir cada dia un alimento de cada uno de los Grupos siguientes:
Leche, yogur, quesos con poca grasa
Carnes, pescados, aves
Legumbres y frutas, crudas o cocidas
Pan, cereales, papas, legumbres secas
Regla 3: Limitar el uso de grasas saturadas y evitar el exceso de alimentos dulces.
Regla 4: Beber cada dia 1 litro à 1,5 litro de agua.
HIGIENE
Lavarse bien las manos es importante para la salud, se deben lavar constantemente, antes y después de ir al baño, antes de cada comida, después de cada comida, entre otras actividades.
ESTILOS DE VIDA INADECUADOS
Tabaquismo
Alimentación Inadecuada
Sedentarismo
Alcoholismo.

HOW TO ACTIVATE THE EMERGENCY MEDICAL SERVICE (EMS)



PURPOSE OF FIRST AID

- TO SUSTEIN LIFE
- TO PREVENT SUFFERING
- TO PREVENT SECONDARY COMPLICATIONS
- TO PROMOTE SPEEDY RECOVERY

PERSONAL SAFETY :

THE RULE I: "FIRST, THEN AND ALWAYS."
• AVOID TUNNEL VISION.
• THE EVALUATION OF THE SCENE CARRIED OUT WITH A TOTAL PANORAMIC VIEW OF THE PLACE FROM THE BOTTON UP,, FROM LEFT TO RIGHTand from front to back

IMPORTANCE OF BASIC KNOWLEDGE ABOUT FIRST AID

- Every one should know about first aid as you never know when you may be called upon to use it.
- At the most unexpected of times, accidents could occur.
- Whoever is in need of help, you be in position to offer first aid.

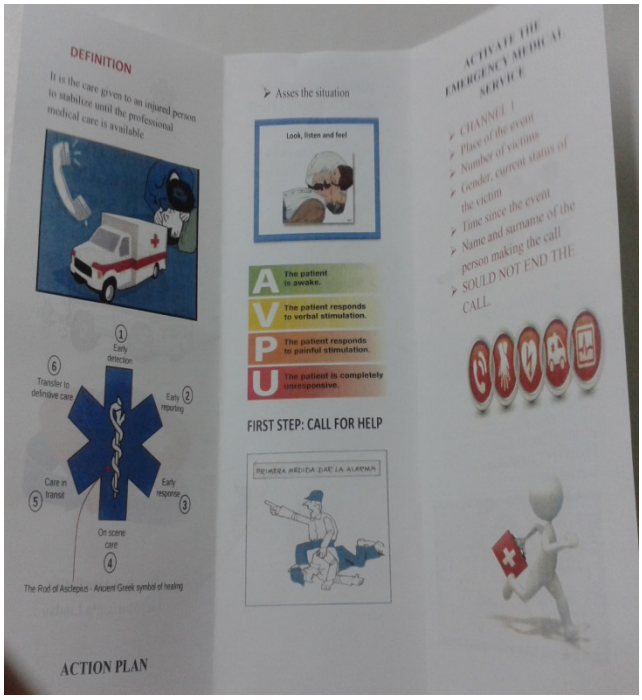
call for help!
Don't ignore
call for help

HYGEIA
Minera Panamá

HOW TO ACTIVATE THE EMERGENCY MEDICAL SERVICE

AMBULANCE

Dra. Katerine Patiño
Lic. Marianita Lindao



DEFINITION

It is the care given to an injured person to stabilize until the professional medical care is available

1 Early detection
2 Early reporting
3 Early response
4 On scene care
5 Care in transit
6 Transfer to definitive care

The Rod of Asclepius - Ancient Greek symbol of healing

ACTION PLAN

- Asses the situation

Look, listen and feel

A The patient is awake.
V The patient responds to verbal stimulation.
P The patient responds to painful stimulation.
U The patient is completely unresponsive.

FIRST STEP: CALL FOR HELP

PRIMERA ACCIÓN DAR LA ALARMA

ACTIVATE THE EMERGENCY MEDICAL SERVICE

- CHANNEL 1
- Place of the event
- Number of victims
- Gender, current status of the victim
- Time since the event
- Name and surname of the person making the call
- SOULD NOT END THE CALL